

**Zeitschrift:** Am häuslichen Herd : schweizerische illustrierte Monatsschrift

**Herausgeber:** Pestalozzigesellschaft Zürich

**Band:** 25 (1921-1922)

**Heft:** 1

**Artikel:** Das elfte Gebot : eine Vision

**Autor:** Krafft, Gustave / E.V.

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-662832>

#### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

#### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

#### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 22.02.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

zu Häupten dir, auf Apfelblütenzweigen,  
da tanzen Vögel ihren muntern Reigen,  
ein Bächlein rauscht in deine Ruh von fern,  
du schlummerst ein und träumst vom Albendstern.

Denkst du an unsre Liebe, das soll sein,  
als könne dir Musik, so hehr und rein,  
daß du vermeinst, aus überird'schen Chören  
der Engelscharen Lieder anzuhören,  
daß Dissonanzen, die dein Herz durchziehn,  
sich lösen zu den schönsten Harmonien,  
und du, wie erdenrückt, dein unbewußt,  
den vollen Klängen selig lauschen mußt.

Denkst du an unsre Liebe, das soll sein,  
als wär ein schöner Zauberarten dein  
mit einem Quell, darin die Sterne blinken,  
aus dessen Flut wir ew'ge Jugend trinken,  
und süße Düfte schweben durch den Garten,  
wo stille Wege unsrer Schritte warten ...

Oft wandeln wir die Wege wohl im Traum  
und singen leis' und wissen's selber kaum ...  
berauscht von Glück geb' ich mein Herz dir hin  
und weiß nur eins noch: daß ich bei dir bin ...

Denkst du an unsre Liebe?



### Das elfte Gebot.

Eine Vision von Dr. Gustave Krafft.

Es handelt sich hier nicht um die Vision eines Sehers; nicht um einen Blick in die Zukunft, sondern um einen Lichtstrahl, der die Vergangenheit beleuchtet, die Vision eines Realisten.

\* \* \*

Ich habe erkannt, daß in meinem Wesen mehrere Menschen geboren wurden und starben. Um mich herum liegt ein kleiner Friedhof. Ich gehe zwischen seinen Gräbern hin und her und versenke mich im Geiste ohne Trauer, ohne Wehmut und ohne Reue in ihre Tiefe.

Ich verweile zuerst am Grabe des Kindes, das seine Eltern über alles geliebt und sorgfältig auferzogen haben nach dem Brauch und der Sitte seiner Zeit; des Kindes, das unbewußt glücklich war.

Da liegt das Grab des Gymnasiasten, der im Willen erstarckt ist, und der nicht weiß, warum man ihn zwangswise unterrichtete, und der es erst zu spät begreifen wird, um Vater und Mutter für ihre Beharrlichkeit zu danken.

Unglücklicher Gymnasiast, der die „unschuldigen“ Klassiker noch lange

mit ihren manchmal boshaften und beschränkten Ausdeutern verwechseln wird. . . . .

Jetzt steh ich vor dem Grab des Studenten. Des Studenten, der seinen Lebensweg selbst und gut gewählt hat. Er hat seinen wissenschaftlichen Beruf gefunden und wird ihm niemals untreu werden. Die Prüfungsnoten haben an ihm gelehrt — aber die Sorgen haben ihm erst das Leben im richtigen Lichte gezeigt, und die schönen Jahre flohen an ihm vorbei so rasch wie schöne Augenblicke.

\* \* \*

Halt! Da ist das Grab des verzückten Liebhabers! Auf dem immer irgend eine blaue Blume blüht. Ein Grab, vor dem man sich in Sinnen verloren verneigt. . . . .

Asche, die nie ganz in Frost erstarre. . . . und immer wieder zu glühen beginnt.

Laßt uns weiter gehen! . . . .

\* \* \*

Hier das Grab des Familienvaters, der mit Liebe, Mut und Sorgfalt für seine Kinder gearbeitet bis zu dem Tage, wo sie groß geworden sind und sich in andere Welten verzogen haben.

Das Grab des Kämpfers in gereiftem Alter, der sich nach links und rechts für die Seinen, für sich selbst und für Alles, was er für gut und schön hält, wehrt wie ein Held.

\* \* \*

Am Ende meines wehmütigen Spaziergangs auf dem Friedhof angekommen, entdecke ich in meiner seltsamen Vision eine leere Wiege! Es ist die Wiege, die das Schicksal für den Philosophen bereit gestellt hat, der einst aus allen diesen Leichen erstehen soll!

All die verschiedenen Lebewesen, die sich in mir der Reihe nach abgelöst haben und verschwunden sind, wie alles vergeht, haben eine neue Seele erzeugt, und diese Seele ist eine Zusammenfassung all der Seelen, welche all diese Körper, die sich unter die Erde geflüchtet haben, verlassen.

. . . Am Ende des Friedhofes sehe ich eine Wiege! . . . .

\* \* \*

So aufersteht der Mensch, der schon mehrmals dahin geschieden ist. Er macht sich gerne klein und legt sich in der Wiege des Weisen nieder. Die hütenden Engel, die sein Haupt umschweben, singen ihr Hoheslied:

„Ein kleiner Philosoph ist uns geboren!“

\* \* \*

So sah meine Vision aus!

Ich habe gesagt, ich hätte diese Gräber ohne Trauer und Melancholie und ohne Neue betrachtet.

Und ihr habt mir nicht geglaubt, da auch ihr einen Friedhof zu besuchen und zu betrachten habt.

Und Ihr seid traurig und empfindet Neue! . . . . Wohlan, ihr, die ihr Neue empfindet, reicht mir die Hand, laßt uns zusammen auf's Feld gehen, wo die Grille zirpt im hohen Grase, und laßt uns miteinander reden . . . .

Ihr bereuet Euer Dasein und sagt zu mir: „Ich habe mein Leben verfehlt! Warum kann ich es nicht von neuem anfangen!“

Und ihr seufzet!

Darauf sage ich euch zunächst: Man kann niemals behaupten, sein Leben sei verfehlt, bevor die verhängnisvolle Stunde kommt, in der man es verliert. Werdet ihr wohl im Todeskampfe lügen? Das ist doch nicht wahrscheinlich!

Dann ist es noch Zeit, alles gut zu machen, anstatt alles zu bereuen.

Wenn ihr nur noch sechs Monate am Leben bleibt, genügt es, um etwas ganz Gutes zu vollbringen, was imstande ist, ein völlig verfehltes Leben in den Schatten zu drängen. Eure Nächsten, über die ihr euch beklagt, sind weniger bösartig, als es euch scheint; sie haben für das Böse ein Vergessen; die Erinnerung an das Gute ist für ihr Gedächtnis süßer als der blöde Groll.

Der Mensch ist von Geburt nicht gut, wie der arglose Jean Jacques Rousseau meinte, aber er kann es werden.

Macht euch keine Sorgen, liebe unbekannte Seelen; wenn ihr nicht mehr seid, so werden sich eure Freunde, wenn es nötig ist, des römischen Sprichwortes erinnern: „De mortuis nihil nisi bene.“ Von den Toten soll man nur Gutes sagen.

\* \* \*

Eine unglückliche Frau erzählte mir 20 Jahre nach ihrer Verheiratung einmal: „Ich hatte drei Liebhaber und habe den schlechtesten gewählt. Warum?“

Wenn Sie drei Liebhaber gehabt haben, gnädige Frau, gereicht Ihnen dies zum Ruhme . . . . ist aber doch wohl ein Fehler Ihrerseits. Es wäre gewiß ein Leichtes gewesen, auf den ersten Anlauf zwei aus Ihrem Besitze zu vertreiben. Sie aber haben diese dreifache Huldigung genossen.

Und dann haben Sie doch 20 Jahre zur Verfügung gehabt, um sich Ihres Irrtums bewußt zu werden. Vielleicht hätten Sie ihn gut machen können. Oft ist es doch eine Schwäche, wenn man auf einer Liebesirrung beharrt, um sich später in sein echliches Unglück zu verbohren.

Und ferner, welchen Beweis haben Sie, daß der Eine von diesen verlassenen Unglücklichen Ihr Glück gewesen wäre? Manchmal kommt die Liebe mit der Zeit in Gärung. Wer ist je seiner Sache sicher!

Auf jeden Fall wieder eine unnütze Reue.

\* \* \*

Da steht ein Mann vor mir, der es bedauert, daß er sich in einen Beruf hinein verirrt hat, der ihm innerlich zuwider ist. Er möchte umkehren und einen andern Weg einschlagen.

Zu spät, mein guter Alter, es gibt keine Umkehr mehr.

Sie haben sich getäuscht, suchen Sie ohne eitles Gejammer aus ihrem Irrtum das Beste heraus zu schlagen. Das Leben ist keine Reise, deren Plan man von vornherein festlegen kann. Es ist ein Sprung ins Dunkle hinein; man kennt nicht einmal das Endziel.

Sei es eine breite Straße oder ein schmaler Pfad, immer gibt es gefährliche Wendungen. Ist der Sturz geschehen, so muß man die Wunden waschen und zwar mit dem süßen Wasser der Hoffnung, nicht mit dem salzigen Wasser der Reue.

\* \* \*

Manche beklagen, wenn sie rückwärts blicken, daß Übel und all das Unrecht, das ihnen ihre Feinde zugefügt haben.

Die haben die Sache nicht richtig begriffen, denn der Feind ist oft ein Bote des Himmels. Zweifellos bedeutet der Feind einen Schatten im Leben des Menschen. Aber bei der Schlussrechnung stellt es sich oft heraus, daß er nützlicher und nötiger ist als der Freund. Nicht mit dem Feinde verliert man seine Zeit, sein Geld, oder seine Gesundheit, sondern mit den „Freunden“.

Die Freundschaft ist etwas Heiliges, wenn sie rein und selbstlos ist; die Feindschaft aber ist ein wertvoller Ansporn.

Ohne es zu wollen, haben mir meine Feinde mein ganzes Leben lang unzählbare Dienste geleistet. Ich werde niemals so undankbar sein, dies zu vergessen. Ich gelobe ihnen sogar eine schweigsame Anerkennung. In dem sie mich von dem Wege entfernten, auf dem ich ihnen in die Quere gekommen wäre, haben sie mich veranlaßt, da auf die Weide zu gehen, wo das Gras wohl dünn, die Luft aber rein ist. Bevor ihr den Schaden, den euch eure Feinde zugefügt haben, bedauert, solltet ihr etwas näher untersuchen, ob sie nicht unbewußt eure Wohltäter gewesen sind.

\* \* \*

Ihr bedauert das Schwinden der Jugend, das Sinken der Kraft und das Welken der Schönheit. Ihr bereut den Verlust des Geldes, der Gesundheit und all der schönen Lebenszeit . . . .

Aber die Reue ist auch verlorene Zeit und verlorene Gesundheit!

Die Natur bereut nichts. Die Blume bereut ihre Vermählung nicht und ebenso wenig bereut die Frucht die verwelkte Blüte.

Die Vergangenheit ist ein Friedhof. Man soll nicht mit wunder Seele darin spazieren gehen.

Im Vorbeigehen kann man ja wohl einen flüchtigen Blick über die große, weiße Mauer werfen, oder einige Blumen auf die Gräber von geliebten Wesen legen. Dann aber soll man schnell an die Zukunft denken, weil — der Augenblick, da ich schreibe, von mir schon weit weg ist.

\* \* \*

Kurz und gut: „Ja oder nein! Haben Sie eine Seele?“ Auf diese Frage, welche jüngst ein berühmter Mann, dessen Eifer ich im Scherze reizte, an mich richtete, gab ich zur Antwort: „Ob ich eine Seele habe?“ „Freilich, sogar mehrere, mein lieber Herr.“ „Ich besitze sogar eine ganze kleine Sammlung.“

Ich habe eine Kindesseele, die ganz blank ist; eine Junglingsseele, die buntfarbig, und eine Liebhaberseele, die ganz rosig aussieht.

Ich habe eine lebhaftfertige und eine ernsthafte Seele — und dann noch eine wissenschaftliche Seele, auf die ich sehr viel halte. Ich habe eine schwerfällige Seele für die Regentage und eine hüpfende Seele für die schönen Tage. Ich habe eine Seele, die ich von meinen Ahnen geerbt habe, und eine andere, die ich auf dem Ambos des Lebens mit Hammerschlägen selber zurechtgeschmiedet habe . . . .

Nur haben sich leider einige dieser kleinen Seelen im Laufe der Jahre verflüchtigt. Da bin ich denn im Begriffe, mir zum Gebrauch für meine alten Tage eine ganz neue zu machen.

In diesem Punkte sollte man sich nicht zu viel vorwegnehmen. Ich lehre meine neue Seele nach und nach, daß sie nicht zurück, sondern vorwärts blickt. Ich bringe ihr sachte bei, daß sie die ganz gesetzmäßige Tochter mehrerer Seelchen ist, die für immer verschwunden sind, und daß die

Vergangenheit vergangen und die Zukunft allein von Bedeutung ist. Ich habe für meine neue Seele ein elstes Gebot aufgestellt: „Du sollst nie etwas bereuen . . . . sondern es besser machen!

(Aus der Genfer „Tribune“ übersetzt von G. B.)

---

### <sup>1/1000</sup> Gramm Tod. \*)

<sup>1/1000</sup> Gramm Tod weniger in deinem Blut, und dahin sind Lebenslust, Schwärmerie und Idealismus. Was dich noch gestern begeisterte, lässt dich heute kalt, der Frohsinn, der gestern noch über dir lag wie lachender Sonnenschein, ist heute den Schatten des Trübsinns gewichen. Die Haut verwelkt, das lockige Haar wird strähnig, der Glanz der Augen erlischt, die Finger verfetten. Aus dem Stürmer und Dränger von gestern ist ein trockener Schleicher geworden, aus dem Feuergeist eine Schlafrockseele. <sup>1/1000</sup> Gramm Tod mehr im Blut, und wir fliegen dahin mit lockigem Haar und glühenden Wangen, die Freude lacht aus den Augen, Flügel der Be-

\*) Aus: „Wunder in uns“, ein Buch vom menschlichen Körper für jedermann, unter Mitarbeit von Dr. Herm. Dekker, Dr. Fritz Kahn, Dr. Ad. Koelsch, Prof. Dr. C. L. Schleich. Herausgegeben von Hanns Günther, 384 Seiten Großformat mit zahlreichen Abbildungen im Text und 16 Kunstdrucktafeln. In Halbleinen Fr. 6.70, in Ganzleinen Fr. 8.—. Verlag Rascher & Cie., Zürich. Das erste Urteil über das Buch! Ein Buch von uns selbst, das uns den innern Bau und die Tätigkeit unseres Körpers erschließen will, Dinge und Vorgänge, die für vielzu-viele noch unbekannte Wunder sind! Und zwar ein Buch, das nicht in der Sprache der Lehrbücher und Leitfäden geschrieben ist, vielmehr fesselnd, unterhaltend, geistreich, jedem verständlich und trotzdem bis zu den neuesten wissenschaftlichen Auffassungen und Entdeckungen führend. Dazu reich illustriert und auch in den Bildern zum Teil ganz neue Wege gehend.

Das erste und größte Kapitel, dessen Verfasser der Herausgeber selber ist, gibt auf 90 Seiten eine knappe, klare Übersicht über die Grundtatsachen vom Bau und der Tätigkeit der Körperorgane. Diese Einleitung ist für den Leser, der noch keine zusammenhängenden Vorkenntnisse besitzt, eine vorzügliche Einführung in das ganze Gebiet der menschlichen Physiologie, die es ihm ohne weiteres ermöglicht, die oft ziemlich weit ausholenden nachfolgenden Auffäße zu verstehen. Ein großer Vorteil dieser kurzen Darstellung der Körperlehre, der diese auch für den Kenner der Tatsachen sehr wertvoll macht, sind die eigenartigen, zum Teil nach amerikanischen Vorbildern hergestellten Tafeln mit ihrer technischen Auffassung des menschlichen Körpers, der darin als ein Fabrikbetrieb mit zahlreichen selbständigen Unterabteilungen erscheint. Diese naive, aber äußerst glückliche Darstellungsart trägt in ihrer anschaulichkeit in hohem Maße dazu bei, auch dem ganz unbgebildeten Leser eine klare Vorstellung von der Bedeutung und der Arbeit unserer Organe zu geben. Die nachfolgenden 23 längeren und kürzeren Kapitel sprechen teils über Einzelsachen aus dem weiten Gebiet der Physiologie des Menschen, teils über die hygienische, medizinische und technische Ausnützung der von der Forschung auf diesem Gebiet gelieferten Kenntnisse; immer mit dem Bestreben, nicht nur das allbekannte zu berichten, sondern dem Leser auch einen Einblick in den Werdegang der neuesten Erkenntnisse zu gewähren. Die verschiedenen Bearbeiter, — alles bekannte Namen auf dem Gebiet der volkstümlichen Darbietung wissenschaftlicher Stoffe — bieten jede Gewähr für Verständlichkeit und Zuverlässigkeit des Vorgebrachten. Ist das Buch vermöge seines fast ein Viertel des Umfangs umfassenden ersten Kapitels vor allem dem Einführung Suchenden sehr wertvoll, so ist es durch den übrigen Inhalt auch für den biologisch schon Vorgebildeten ein geistreicher und sehr anregender Führer zu den Fortschritten der wissenschaftlichen Erkenntnis unseres Körpers, den immer besser zu kennen und zu verstehen, nicht nur nützlich, sondern auch unendlich interessant ist. Der billige Preis ist noch besonders hervorzuheben.

Dr. H. H.